

**[8 ARRONDISSEMENTS
5 LIEUX DE RENCONTRES]**



[RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION]

Sarah Guigues
438-497-8111
accueil@tempsdunepause.org

- Des rencontres :
- + **Gratuites**
 - + **Ouvertes à tous**
 - + **En collaboration avec des professionnels**

[REMERCIEMENTS]



Le temps d'une pause
7400, boulevard Saint-Michel
Montréal, H2A 2Z8
438-875-2165
www.tempsdunepause.org

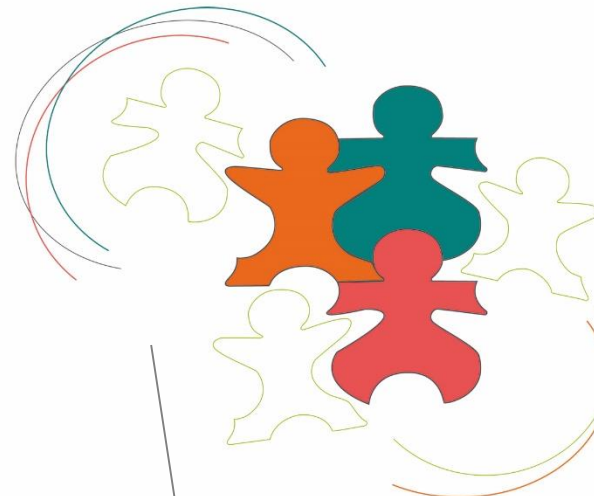
Création/©: le temps d'une pause - 08/2015

Le temps d'une pause

Automne 2015

LES TEMPS D'INFORMATION

pour répondre aux préoccupations des familles et des proches aidants



Présentations
Activités
Ateliers



[LE TEMPS D'UNE PAUSE]

soutient depuis plus de 10 ans les familles et proches de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une affection connexe.

Vous vous posez des questions sur la maladie de votre proche ou sur son accompagnement ? Vous recherchez des outils et conseils pour améliorer son quotidien et le vôtre ?

Notre équipe vous propose une programmation saisonnière pour répondre à vos interrogations et vous aider dans votre quotidien.

Nos rencontres

- **Les présentations**
Pour aborder des sujets liés à la maladie et à vos préoccupations quotidiennes
- **Les ateliers**
Pour mettre en pratique et échanger afin d'accompagner au mieux vos proches et améliorer votre qualité de vie
- **Les activités**
Pour partager des moments conviviaux et vous retrouver

+ **Répit gratuit sur place**, proposé aux participants pour leurs proches atteints d'une maladie de type Alzheimer
Inscription souhaitée

Programmation – Automne 2015

[SEPTEMBRE]

→ Mercredi 16 13h30- 15h30
[Les Quatre-Temps]

Sécuriser son domicile

→ Mercredi 23 18h-20h
[Lajeunesse]

Démystifier la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées

→ Jeudi 24 13h30-15h30
[Anjou]

Trousse d'activités à utiliser à domicile

→ Mercredi 30 13h30-15h30
[Les Quatre-Temps]

Déplacer un proche sans se blesser

[OCTOBRE]

→ Mardi 13 17h-18h30
[Les Quatre-Temps]

Expression artistique pour tous

→ Vendredi 16 13h30-15h30
[Lajeunesse]

Maladie d'Alzheimer et médication

→ Mercredi 21 13h30-15h30
[Les Quatre-Temps]

Comprendre les troubles du comportement

→ Jeudi 22 13h30- 15h30
[Anjou]

Le mandat en prévision de l'inaptitude

[NOVEMBRE]

→ Mercredi 04 13h30-15h30
[Bibliothèque]

Introduction aux stratégies de communication

→ Jeudi 05 13h30-15h30
[Anjou]

Démystifier la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées

→ Vendredi 06 19h-21h.....
[Lajeunesse]

Identifier les enjeux liés au rôle de proche aidant

→ Mercredi 18 18h-20h
[Les Quatre-Temps]

Améliorer sa communication : langage non-verbal et para verbal

→ Mercredi 25 18h-20h
[Lajeunesse]

La fiscalité pour les proches aidants

→ Vendredi 27 13h30-15h30
[Rivière-des-Prairies]

La fiscalité pour les proches aidants

[LES PRÉSENTATIONS]

Démystifier la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées

Par Société Alzheimer de Montréal

Mieux comprendre la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées, de la perte de mémoires à la progression de la maladie, mais aussi les facteurs de risque et la prévention.

Comprendre les troubles du comportement

Par Céline Lacroix, éducatrice spécialisée

Présenter des trucs et astuces à la portée de tous pour éviter les comportements perturbateurs chez les personnes atteintes d'une maladie de type Alzheimer.

Introduction aux stratégies de communication

Par Société Alzheimer de Montréal

Répondre aux questions courantes sur la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées et apprendre à composer avec les changements en matière de communication et de comportement.

La fiscalité pour les proches aidants

Par Sylvie Riopel et Yves Tshilenge-Mudia

Connaître et comprendre les aides financières existantes.

La maladie d'Alzheimer et la médication

Par Rocky Zomparelli, pharmacien

Identifier les médicaments prescrits lors du diagnostic de la maladie d'Alzheimer ou de maladies apparentées, les effets ciblés, la manière dont ils agissent et leurs effets secondaires.

Le mandat en prévision de l'inaptitude

Par Maître Guay, avocat

Différencier le mandat en prévision de l'inaptitude et la procuration, savoir quand et comment se le procurer.

Sécuriser son domicile

Par Marie Pelletier, ergothérapeute

Prévenir les accidents et incidents de toutes natures provoqués par la maladie d'Alzheimer.

[LES ATELIERS]

Améliorer sa communication : le langage non verbal et para verbal

par Dulcinée Langfelder et Anne Sabourin, comédiennes

Comprendre les messages véhiculés au-delà de la parole : geste, posture, regard, expression faciale, ton de voix, volume et intonation.

Déplacer un proche sans se blesser

par Vivianne Rocheleau, formatrice

Expérimenter les gestes qui facilitent l'accompagnement d'un proche en perte d'autonomie selon la méthode PDSB : l'aider à sortir du lit, le lever sans s'épuiser et en protégeant son dos.

Trousse d'activités à utiliser à domicile

par Brigitte de Margerie, intervenante auprès des familles

Identifier des activités alliant plaisir et stimulation, faciles à organiser à domicile avec des personnes atteintes d'une maladie de type Alzheimer.

Identifier les enjeux liés au rôle de proche aidant

par la compagnie Mise au jeu

Représenter les réalités quotidiennes vécues par les proches aidants, à travers le théâtre forum, de manière à en illustrer les impasses et à amener les participants à trouver des solutions en fonction de leurs expériences et de leurs connaissances.

[LES ACTIVITÉS]

Expression artistique pour tous

par Liza Lanouilh, arthérapeute

Donner forme à ses envies et ses désirs, mais aussi ses difficultés et ses questionnements au sein d'un atelier guidé.
Accessible à tous.